



**LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU**  
*Lahti University of Applied Sciences*

# RATSASTUSTURVALLISUUDEN EDISTÄMINEN

Julisteet ratsastuskoululle

LAHDEN  
AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaali- ja terveysala  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Sairaanhoitajan suuntautumisvaihtoehto  
Opinnäytetyö  
7.4.2014  
Reetta Haapasalo  
Anna Rantanen



Lahden ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma

HAAPASALO, REETTA  
RANTANEN, ANNA

Ratsastusturvallisuuden edistäminen  
Julisteet ratsastuskoululle

Sairaanhoitajan suuntautumisvaihtoehdon opinnäytetyö, 31 sivua, 2 liitesivua

Kevät 2014

TIIVISTELMÄ

---

Ratsastus on yksi suosituimmista liikuntaharrastuksista, mutta samanaikaisesti se on myös yksi eniten sairaalahoitoa vaativista lajeista. Kaikkia ratsastustapaturmia ei voida välttää, sillä hevonen on suurikokoinen saaliseläin, joka reagoi uhkaaviksi kokemiinsa tilanteisiin pakenemalla. Ihmisen on vaikea ennakoida kaikkia hevosen reaktioita, mutta tietyillä toimintamalleilla ja turvavarusteilla joitakin tapaturmia voidaan välttää ja toisia taas lieventää.

Opinnäytetyön tavoitteena oli tehdä informatiiviset julisteet ratsastustapaturmien ennaltaehkäisystä toimeksiantajan, Tortolan tallit -ratsastuskoulun, käyttöön. Tarkoituksena oli edistää tallihenkilökunnan sekä asiakkaiden ratsastusturvallisuutta tuomalla nähtäville nopealukuista tietoa turvallisista toimintatavoista.

Toiminnallinen opinnäytetyö toteutettiin tuotekehitysprosessin vaiheiden kautta. Julisteissa esitellään tärkeimmät ratsastusturvallisuuteen vaikuttavat seikat valokuvien ja tekstien avulla. Julisteiden sisältö on suunniteltu yhdessä toimeksiantajan kanssa.

Asiasanat: ratsastusturvallisuus, tapaturma, ennaltaehkäisevä hoitotyö, ratsastustapaturmat, ratsastus

Lahti University of Applied Sciences  
Degree Programme in Nursing

HAAPASALO, REETTA:  
RANTANEN, ANNA

Promotion of riding safety  
Posters for the riding school

Bachelor's Thesis in nursing

31 pages, 2 pages of appendices

Spring 2014

## ABSTRACT

---

Riding is one of the most popular physical exercises, but at the same time it is also one of the sports that require medical treatments. It is not possible to avoid all the horse riding accidents, since the horse is a large animal that reacts to situations it feels threatening by fleeing. It is hard for humans to anticipate all the reactions of the horse, but with certain approaches and safety equipment it is possible to prevent certain accidents and others can be allayed.

The objective of this thesis was to create informative posters about preventing horse riding accidents for the use of the client Tortolan tallit –riding school. The objective was to promote the safety of the staff and customers by bringing up fast to read information about safe approaches and precautions.

The functional thesis was implemented through the phases of a product development process. Posters demonstrate the most important factors affecting riding safety with pictures and text. The content of the posters is designed together with the client.

Key words: riding safety, accident, preventive nursing care, riding accidents, riding

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	4
2	TAPATURMAT	6
3	RATSASTUKSEEN LIITTYVÄT RISKIT JA RATSASTUSTAPATURMAT	9
3.1	Ratsastukseen liittyvät turvallisuusriskit	9
3.2	Yleisimmät ratsastustapaturmat	10
4	RATSASTAJAN TURVALLISUUS	13
4.1	Ratsastusturvallisuus ja lainsäädäntö	13
4.2	Ratsastajan vastuullinen toiminta	14
5	PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITE	17
6	PROJEKTIN TUOTEKEHITYSPROSESSI	18
6.1	Tuotteen kehittäminen	18
6.2	Asiakastaho ja asiakkaan tarve	19
6.3	Tuotteen luonnostelu	20
6.4	Tuotteen suunnittelu	21
6.5	Tuotteen viimeistely	22
7	POHDINTA	23
7.1	Opinnäytetyöprosessin arviointi	23
7.2	Tuotetun julisteen ja tuotekehitysprosessin arviointi	24
7.3	Kehittämisehdotukset	25
	LÄHTEET	27
	LIITTEET	32

# 1 JOHDANTO

Ratsastus on suosittu liikuntaharrastus, joka sopii lähes kaiken ikäisille ja kokoisille. Kansallisen liikuntatutkimuksen 2009-2010 pohjalta arvioidaan ratsastajien määräksi Suomessa tällä hetkellä 160 000, ja Suomen Ratsastajainliitto arvioi joka viidennen 10-18-vuotiaan tytön harrastavan ratsastusta. (Suomen Ratsastajainliitto 2013c.) Vuosista 2005-2006 ratsastusta harrastavien lasten määrä nousi 19 %:a ja aikuisten 21 %:a vuosiin 2009-2010 mennessä (TNS Gallup Oy 2010, 9–15).

Ratsastus on monipuolista liikuntaa, joka kehittää fyysistä kuntoa, tasapainoa, rytmitajua sekä koordinaatiokykyä. Itse ratsastamisen lisäksi hevosharrastus sisältää hevosen käsittelyä ja hoitoa. Ratsastus harrastuksena ei ole pelkästään liikuntaa, vaan hevostallit ovat myös sosiaalinen ympäristö, jossa monet luovat pitkäaikaisia ystävyysuhteita. (Suomen Ratsastajainliitto 2013b.)

Fyysisen ja sosiaalisen puolen lisäksi hevosharrastus lisää myös psyykkistä hyvinvointia (Hyttinen 2012, 3). Ratsastusta voidaan käyttää syrjäytymisen ehkäisyssä, kuntoutus- sekä terapiatyössä, ja se sopii myös erityisryhmille. (Suomen Ratsastajainliitto 2013b, 3.) Ratsastusterapian on todettu vaikuttavan positiivisesti esimerkiksi CP-vammaisten fyysisen toimintakyvyn lisäksi myös psyykkiseen toimintakykyyn. Lisäksi hevonen ja talliympäristö tarjoavat paljon mahdollisuuksia erilaisten ongelmien kuntoutukseen. (Eklöf & Rapatti 2013, 15–19, 35.) Ratsastus ei siis välttämättä ole vain harrastus, vaan ratsastuksella voi olla kognitiivisia, emotionaalisia, fyysisiä, sosiaalisia, kasvatuksellisia tai käyttäytymiseen liittyviä hyötyjä (Aro 2003, 46).

Samalla kun ratsastus on yksi suosituimmista harrastuksista, se on myös yksi tapaturma-altteimmista. Ratsastuksen raportoitiin olevan yksi eniten sairaalahoitoa vaativista lajeista jo 1980-luvulla. Samaan aikaan Ruotsissa raportoitiin vuosittain neljä kuolemaan johtanutta ratsastustapaturmaa. (Gordin & Välimäki 2000.)

Ratsastus on Suomessa 6. sijalla liikuntaonnettomuuksien esiintyvyyttä listattaessa lajikohtaisesti (Haikonen, Lounamaa, Parkkari, Valtonen, Salminen, Markkula & Salmela 2010, 28). Vakavien onnettomuuksien listalla ratsastus on kärkiviisikossa. (Chancholle, Pujos & Chancholle 2005, 42). Tutkimuksien

mukaan ratsastajilla sattuu vakava onnettomuus joka 350. tunti, kun taas motoristeille vakavia onnettomuuksia tapahtuu tapahtuu yksi 7 000 harrastetuntia kohden (Hawson, McLean & McGreevy 2010, 331).

Opinnäytetyömme tavoitteena on tehdä Tortolan tallien käyttöön ratsastustapaturmien ennaltaehkäisyyn ohjaava juliste yhteistyössä kyseisen ratsastuskoulun henkilökunnan kanssa. Tarkoituksenamme on näin lisätä ratsastuskoulun henkilökunnan sekä asiakkaiden tietoutta tapaturmien ennaltaehkäisystä ja täten pitkällä tähtäimellä vaikuttaa tapahtuvien onnettomuuksien määrään laskevasti.

Ajatus opinnäytetyömme aiheesta heräsi molempien kiinnostuksesta hevosurheiluun. Monen vuoden hevosharrastuksen kautta olemme tulleet varsin tietoisiksi erilaisista ratsastukseen liittyvistä turvallisuusriskeistä ja tapaturmista, mutta myös huomanneet, ettei niiden ennaltaehkäisyn merkitystä voida liiaksi korostaa. Hoitotyön opiskelijoina olemmekin kiinnostuneita selvittämään mahdollisuutemme ennaltaehkäistä näitä onnettomuuksia yhteistyössä opinnäytetyömme toimeksiantajan Tortolan tallit -ratsastuskoulun kanssa. Opinnäytetyömme lähtökohdat ovat Tortolan tallien kehittämistarpeissa ja ongelmissa turvallisuuteen ja ratsastusonnettomuuksien ennaltaehkäisyyn liittyen.

## 2 TAPATURMAT

Tapaturmalla tarkoitetaan äkillistä, odottamatonta ja tahatonta tapahtumaa, jonka seurauksena henkilö saa lievän vamman, loukkaantuu vakavasti tai menehtyy.

Tapaturmaan liittyy itse onnettomuustapahtuma sekä sen aiheuttama henkilövahinko. Tapaturmaan liittyy usein monia eri tekijöitä, jotka aiheuttavat vaaratilanteen. Tällaisia tilanteita voi tapahtua liikenteessä, työelämässä, kotona sekä liikunnan ja vapaa-ajan yhteydessä. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014.) Koti- ja vapaa-ajantapaturmat aiheuttavat Suomessa vuosittain arviolta neljän miljardin euron kustannukset. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013.)

Tilastojen mukaan Suomessa tapahtui vuonna 2009 lähes 350 000 liikuntavammaa, joista 143 000 vaati lääkärin hoitoa. Haastatelluista raportoiduista tapaturmista 32 % on liikuntatapaturmia, mikä tekee liikuntatapaturmista yleisimmän tapaturmatyyppin. (Haikonen ym 2010, 27.) Niinkuin taulukosta 1 käy ilmi, vuonna 2009 jalkapallo oli tapaturma-alttein laji, kun taas ratsastuksessa sattui kuudenneksi eniten tapaturmia. Tapaturmat ovat myös Suomen neljänneksi yleisin kuolinsyy (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013).



**Taulukko 1. Liikuntalajit, joissa ilmoitettiin sattuneeksi eniten tapaturmia, 2009.** (Haikonen ym 2010, 28.)

<u>Laji</u>	<u>Tapaturmia</u>
Jalkapallo	45 000
Salibandy, sähly	38 000
Lenkkeily, hölkkä	30 000
Kuntokävely	24 000
Jääkiekko	19 000
Ratsastus	17 000
Kuntosalitoiminta, bodaus	15 000
Lentopallo	11 000
Voimistelu, kuntojumppa, aerobic	11 000
Hiihto	10 000

Tapaturmariski ei ole verrannollinen lajikohtaiseen tapaturmamäärään. Vaikka jalkapallossa, salibandyssa ja lenkkeilyssä sattuu eniten tapaturmia, niin esimerkiksi lenkkeilyssä liikuntavammariski on pienempi kuin ratsastuksessa, sillä tapaturmamäärät ovat alhaisemmat suhteessa harrastukseen käytettyyn aikaan. (Haikonen ym 2010, 30.) Taulukossa 2 on esitetty eri lajit liikuntavammariskikialttiuden mukaan.

**Taulukko 2. Liikuntavammariski eri liikuntalajeissa.** (Parkkari, Kannus & Fogelholm 2004, 30.)

**Laji                      Vammat / 1000 harrastettua tuntia, 95 % luottamusväli**

Salibandy, sähly	9,3-12,9
Jalkapallo	6,3-9,7
Jääkiekko	5,8-9,8
Lentopallo	5,4-9,1
Ratsastus	2,6-5,1
Juoksu	2,9-4,4
Aerobic, jumppa	2,5-3,9
Kuntosaliharjoittelu	2,5-3,8
Murtomaahiihto	1,3-2,2
Kävely 1,3	1,0-

Liikuntatapaturmia voidaan ehkäistä tiedottamalla turvallisuutta edistävästä menetelmästä ja toimintatavoista (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014).

Terveystieteiden tutkimuskeskuksen raportin mukaan vuoden 2009

liikuntatapaturmista 35 % olisi ollut vältettävissä (Haikonen ym. 2010, 30).

### 3 RATSASTUKSEEN LIITTYVÄT RISKIT JA RATSASTUSTAPATURMAT

#### 3.1 Ratsastukseen liittyvät turvallisuusriskit

Hevonen on suurikokoinen eläin. Se voi painaa jopa 800 kg ja olla säkäkorkeudeltaan miltein kaksimetrisen (Wegelius & Nieminen 2009, 22–23). Tutkimuksien mukaan ratsastuksen riskit lisääntyvätkin, kun hevosen säkäkorkeus on yli 148 cm. Lajin riskejä lisää myös se, että ratsastaja on siinä suuren eläimen selän päällä. (Hawson ym. 2010, 331.)

Hevonen on biologisilta ominaisuuksiltaan edelleen saaliseläin, joka reagoi uhkaaviin tilanteisiin pakenemalla. (Wegelius ym. 2009, 22–23.) Sen reaktionopeus, refleksit, aistit, verenkierto- ja hengityselimistö ovat kehittyneet havaitsemaan vaaran nopeasti ja pakenemaan tarkistamatta, mistä oli kyse (Piminäinen 2010, 20). Suuren eläimen pakeneminen on nopea ja raju tapahtuma (Wegelius ym. 2009, 22–23). Hevosen nopeus voi olla jopa 65 kilometriä tunnissa (Ball, Ball, Kirkpatrick & Mulloy 2007, 636). Pakeneva saaliseläin näkee maailman hyvin erilailla kuin ihminen, mistä syystä ihmisen on toisinaan vaikea ymmärtää hevosen reaktioita, ja ne voivat tuntua järjettömiltä. Hevosen biologinen pakoreaktio voi olla vaarallinen sitä ymmärtämättömälle ihmiselle. (Wegelius ym. 2009, 22–23.) Kanadalaisen tutkimuksen mukaan tutkimuksessa tarkastelluista onnettomuuksista 35 % uskotaan aiheutuneen hevosen säikähtämisen vuoksi, 27 % hevosen kouluttamattomuuden vuoksi ja 15 % hevosen luonteen sekä temperamentin vuoksi. Muita tapaturmiin johtaneita syitä olivat varusteiden hajoaminen (6 %) sekä ratsastajan kokemattomuus (5 %). 9 %:ssa tapauksista ratsastaja suistui hevosen selästä ilman selvää syytä. (Ball ym. 2007, 637.)

Ihmiset, jotka eivät osaa tulkita hevosta oikein, voivat vaarantaa ratsastusturvallisuuttaan. Ihmisten tietämättömyys hevosen aisteista, viestinnästä tai käyttäytymisestä voi aiheuttaa vakavia vaaratilanteita. Hevonen voi säikähtää normaaleja arkipäivän esineitä tai asioita, jotka sijaitsevat talliympäristössä, kuten koneita, liikennettä tai melua. (Piminäinen 2010, 20.) Hevosen pakoreaktio voi

yllättää kokeneenkin hevosihmisen, eikä pitkälle koulutettu ratsukaan ole täysin luotettava. Biologisia ominaisuuksia ei voi muuttaa koulutuksella, ja hevonen on aina saaliseläin, jota ihminen ei voi petoeläimenä täysin ymmärtää. (Wegelius ym. 2009, 22-23.)

Ratsastajan ei pidä koskaan yliarvioida omia taitojaan tai hevosta. Liian haastava hevonen voi olla vaarallinen hyvistä ratsastustaidoista huolimatta. (Piminäinen 2010, 41.) Kuitenkin monien tutkimuksien mukaan onnettomuuksia tapahtuu eniten ensimmäisten kolmen ratsastusvuoden aikana (Hawson ym. 2010, 325).

Kansallisen liikuntatutkimuksen 2009-2010 mukaan 44 %:a ratsastuksen harrastajista on lapsia ja nuoria (Suomen Ratsastajainliitto 2013b, 9). Lasten urheilunnettomuuksista neljäs osa onkin ratsastustapaturmia. Turvallisuuden kannalta merkittävän riskin muodostaa sekä lasten koko että kehitys. Hevosen ja lapsen kokoero on suurempi kuin hevosen ja aikuisen, ja lapsen tasapaino, kehon hallinta tai taidot eivät välttämättä ole kehittyneet tarpeeksi ratsastuksen kannalta. (Hawson ym. 2010, 332.) Uudessa-Seelannissa tehdyssä tutkimuksessa ilmeni, että 29 % sairaalahoitoa tarvinneista ratsastustapaturmapotilaista oli 5-19-vuotiaita. Tutkimuksessa todetaankin tyttöjen ja nuorten naisten olevan suurin riskiryhmä näille onnettomuuksille. (Smartt & Chalmers 2008, 379.)

### 3.2 Yleisimmät ratsastustapaturmat

Uudessa-Seelannissa tehdyn tutkimuksen mukaan yleisimpiä ratsastustapaturmiin liittyviä vammoja vuosina 2002-2003 olivat murtumat sekä luksaatiot. Tutkimuksessa tarkasteltiin 716 tapausta, joista 57 %:iin liittyivät edellämainitut tapaturmatyypit. (Smartt ym. 2008, 380.) Hawson ym. (2010, 331) mukaan yleisimmin vammat kohdistuvat pään, käden, ranteen, jalan, nilkan sekä selkärangan alueelle.

Ratsastajalle tapahtuu onnettomuuksia hevoseen liittyen myös maasta käsin. Tapaturmaan voi johtaa esimerkiksi äkillinen äänenkäyttö tai liike, joka säikäyttää hevosen. Tällaisia tilanteita voi tulla esimerkiksi lähestyttäessä tai talutettaessa hevosta. Hevonen voi säikähtäessään potkaista, mikä vakavimmassa tapauksessa voi johtaa pään alueen, sydämen tai keuhkojen vammaan. (Chancholle ym. 2005,

20.) Hevosen potku on osa sen luonnollista puolustuskäyttäytymistä, ja potkun voimakkuus voi olla jopa 1 000 Newtonia (Hawson ym. 2010, 331–332).

Voimakkaan potkun osuessa vatsan alueelle on myös maksan tai pernan repeytymisen, sisäisen verenvuodon ja vatsakalvontulehduksen riski (Chancholle ym. 2005, 20).

Eräs ratsastukseen liittyvä tapaturma on hevosen näykkäisy. Useimmiten näykkäisy tapahtuu hevosta hoitaessa tai ruokkiessa. Näykkäisyyn kohdistuessa nenään, korvaan tai sormiin vamma voi pahimmillaan olla osittainen tai täysinäinen amputaatio. Näykkäisy raajoihin tai selkärankaan on harvinaisempaa. Näykkäisystä seuraa useimmiten haava ja siihen voi liittyä myös syvempi ruhjevamma, jossa ihokudos rikkoutuu. Ihokudoksen rikkoutumiin altistaa kudoksen kuoliolle ja infektioille. (Chancholle ym. 2005, 22–23.)

Hevosen astuessa ihmisen jalan päälle verenpurkaumat kynnen alla tai isovarpaissa ovat yleisiä. On myös mahdollista, että jalan luita murtuu. (Chancholle ym. 2005, 24.) Hevosen kanssa toimiessa sekä ratsastaessa että tallissa, on vaarana joutua puristuksiin hevosen ja seinän tai aidan väliin. Tästä voi aiheutua pahimmillaan rintakehän ja vatsan ruhjevammoja, kylkiluiden tai lantion murtumia tai sisäelinvammoja, kuten pernan tai maksan halkeama. (Chancholle ym. 2005, 24.)

Kaikentasoiset ratsastajat voivat pudota hevosen selästä (Chancholle ym. 2005, 26). Yleisin syy hevosen selästä tippumiseen on tasapainon menetys (Hawson ym. 2010, 332). Selästä putoaminen on sitä vakavampaa mitä kokeneempi ratsastaja on, sillä kokeneen riskinotto on lisääntynyt. Putoamisesta tulee vaarallisempaa, jos se tapahtuu maassa olevan esteen päälle, ratsastajan jalka jää jalustimeen kiinni, tai hevonen ruhjoo maahan pudonnutta ratsastajaa. Joskus putoamisesta selvitään pelkin mustelmin, mutta kaikenlaiset vammat ovat mahdollisia. Esimerkiksi kylkiluiden murtumat ja muut rintakehän vammat sekä erilaiset raajavammat, kuten nyrjähdykset ja sijoiltaan menot, ovat yleisiä. Vakavia vammoja ovat pään alueen ja nikamien ruhjevammat sekä lantion ja vatsan alueen vammat. (Chancholle ym. 2005, 26.) Suurin osa putoamisiin liittyvistä vammoista aiheutuu vasta itse putoamisen jälkeen (Smartt ym. 2008, 376).

Ratsastaja voi loukkaantua myös putoamatta hevosen selästä. Toinen hevonen voi potkaista ratsastajaa aiheuttaen jalkapöydän, pohkeen tai polven ruhjevammoja tai murtumia. Hevonen voi pelästyessään tai hypätessään heilauttaa päätänsä niin, että pää osuu ihmistä kasvoihin. Yleisin vamma tällaisissa tilanteissa on nenän murtuminen, mutta silmän ja huulien ruhjevammat ovat myös mahdollisia. Suun alueen vammoihin voi liittyä myös hampaiden irtoaminen, etenkin lasten maitohampaat irtoavat helposti. Lisäksi ratsastaja voi loukata sormensa tai kämmenensä. Huonosti pidetyt ohjat voivat aiheuttaa hiertymiä käsiin, ja sormien ympärille kiertyneet ohjat voivat aiheuttaa sormien nyrjähdyksiä tai jopa murtumia. (Chancholle ym. 2005, 28–30.)

## 4 RATSASTAJAN TURVALLISUUS

### 4.1 Ratsastusturvallisuus ja lainsäädäntö

Hevostallitoimintaa ohjaa laaja turvallisuuslainsäädäntö. Tallitoimintaan liittyy lakeja ajoneuvoista, työterveydestä, terveyden suojelusta, pelastustoimista, maankäytöstä ja rakentamisesta, paloturvallisuudesta sekä eläinsuojelusta. Näiden lisäksi toiminnanharjoittajaa koskevat myös lait, jotka edistävät ratsastajien turvallisuutta. Tieliikennelaki (267/1981) ja asetus (182/1982) ohjaa ratsastajan toimintaa teillä liikkeessä. Sen mukaan ratsastajan tulee soveltuvin osin noudattaa ajoneuvoja koskevia säädöksiä. (Pesonen ym. 2008, 71–73.)

Kuluttajaturvallisuuslain (920/2011) 10 § määrää, ettei ratsastuspalvelu saa olla kuluttajan terveydelle tai omaisuudelle vaarallista. Lain 3 §:n mukaan toiminnanharjoittaja on vastuussa ratsastajien turvallisuudesta koko palvelun ajan. Toiminnanharjoittajan tulee määrittää ratsastuspalveluihin osallistujaryhmät sekä enimmäisosallistujamäärä turvallisuuden sallimissa rajoissa. Osallistujaryhmät voidaan jakaa iän, taitotason tai muiden vaatimusten ja rajoitusten perusteella. Ryhmän koko muovaantuu esimerkiksi ratsastusolosuhteiden ja ratsastajien taitotason mukaan. (Kuluttajavirasto 2004, 6.)

Olosuhteet rajoittavat turvallista ratsastusta. Toiminnanharjoittaja ei saa suorittaa palvelua, jos se on vaarallista. Tällaisia olosuhdemuutoksia ovat esimerkiksi raju ukonilma tai olosuhteista johtuva ratsastusalueen liukkaus. (Kuluttajavirasto 2004, 6.)

Kuluttajaturvallisuuslain (920/2011) mukaan yhdistysten tulee huolehtia toimintansa turvallisuudesta. Laki määrittelee yhdistysten turvallisuusvelvollisuuksia, ja sen tavoitteena on tehdä palvelusta käyttäjälle turvallinen ja ennalta ehkäistä kulutustavaroihin ja -palveluihin liittyviä vaaroja. Laki määrää talliyrittäjät tekemään turvallisuusasiakirjoja, kuten turvallisuussuunnitelmia yleisötapahtumana järjestetyille kilpailuille ja kaikille avoimille valmennustilaisuuksille. (Suomen Ratsastajainliitto 2013d.)

## 4.2 Ratsastajan vastuullinen toiminta

Omasta kehosta huolehtiminen on osa ratsastajan vastuullista toimintaa. Ratsastus sekä tallityöt kuormittavat kehoa yksipuolisesti. Ratsastajan olisi hyvä hoitaa fyysistä kuntoaan monipuolisella muulla liikunnalla sekä venyttelyllä ehkäistäkseen jäykkyyttä. (Piminäinen 2010, 41.)

Hevosen oikeanlainen käsittely ja tulkinta ennaltaehkäisevät tapaturmia. Vastuullinen ratsastaja pyrkii aina lähestymään hevosta sen etuosan puolelta. Puhumalla hevoselle ratsastaja voi myös varmistaa, että hevonen on huomannut hänet. Lähestyttäessä hevosta takaosan tai kyljen puolelta riski hevosen säikähtämiseen kasvaa, koska hevonen ei vältämättä näe tai kuule lähestyvää ihmistä. Kierretäessä hevosen toiselle puolelle kuljetaan mieluiten etuosan kautta. Takaosan kautta kulkemista tulee välttää, eikä hevosen vatsan alta tule koskaan kulkea, koska hevonen voi potkaista. (Chancholle ym. 2005, 21–23.)

Ratsastajan tulee osata tarkkailla hevosen elekieltä. Erityisesti korvien sekä pään asento kertovat paljon hevosen mielialasta. Potkuja ja puremia vältetään parhaiten tarkkailemalla hevosen jalkojen ja pään liikkeitä. Pääsääntönä voidaan pitää, että hevosta hoitaessa tulee seisoa sen etujalkojen kohdalla, jolloin pystytään parhaiten välttämään potkut ja puremat. Hevosta ruokittaessa suoraan kädestä vältytään puremilta tarjoamalla makupala avoimelta kämmeneltä. (Chancholle ym. 2005, 21–23.)

Jotta hevosta voidaan taluttaa turvallisesti, ihmisen tulee hallita hevonen. Taluttaessa hoitajalla tulee olla asianmukaiset turvavarusteet, ja hevosta talutetaan aina riimusta tai suitsista vasemmalta puolelta lavan viereltä. Taluttimen tulee olla riittävän pitkä, eikä sitä saa kietoa käden ympärille, vaan talutin kulkee oikeasta kädestä vasempaan. Oviaukoista ihminen kulkee aina edeltä. (Piminäinen 2010, 38–39.)

Uusiseelantilaisen tutkimuksen mukaan lähes puolet sairaalahoitoa tarvinneista ratsastusvammoista aiheutui ratsastajan pudotessa hevosen selästä (Smartt & Chalmers 2008, 378). Asianmukaisella varustuksella voidaan vaikuttaa ratsukon turvallisuuteen. Yleisimpiin ratsastajan turvavälineisiin lukeutuvat turvakypärä,



ratsastuskengät, käsiineet, turvaliivi sekä heijastimet. Ratsastajan käyttämiä turvavälineitä on esitelty taulukossa 3. Turvalliseen vaatetukseen liittyy pitkien, riippuvien korujen pois ottaminen sekä pitkien hiuksien kiinni laittaminen. (Piminäinen 2010, 41.)

Ratsastajan turvavarusteiden lisäksi tulee kiinnittää huomiota hevosen varusteiden sopivuuteen ja kuntoon. Hevosella tulee olla hyvin istuva satula, jossa on joko turva- tai riittävän suuret ja painavat jalustimet. (Chancholle ym. 2005, 50.)

Ratsastuksessa tulee huomioida myös ympäristöön liittyvät seikat.

Sääolomuutoksiin tulee varautua, sillä tuulinen ilma voi säikäyttää hevosen, ja liukkaalla on hyvä käyttää hevosella hokkikenkiä. Irtonaiset esineet tulee poistaa ratsastusalueelta. (Piminäinen 2010, 41.) Kuluttajavirasto ohjeistaa aitaamaan ratsastusalueet, ja ratsastuspohjan tulee olla riittävän joustava, pitävä sekä tasainen. Ratsastusturvallisuutta lisää myös asianmukainen valaistus. Jos ratsastusalueen yhteydessä on katsomo, on yleisöä ohjeistettava muun muassa siitä, ettei huutaminen, tupakointi tai alkoholin käyttö ole sallittua. (Pesonen, Virtanen & Jansson 2008, 76.)

**Taulukko 3. Ratsastajan turvavälineiden käyttäminen.**(Chancholle ym. 2005, 25–48; Piminäinen 2010, 41; Suomen Ratsastajainliitto 2013e.)

Väline	Milloin	Miksi
<b>Turvakypärä</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CE-merkitty</li> <li>• Sopivan kokoinen</li> <li>• Lippa</li> <li>• Mieluiten oma</li> <li>• Joustamaton leukahihna</li> </ul>	(Hevosta hoitaessa) ja käsiteltäessä Kouluratsastuksessa Esteratsastuksessa Maastoratsastuksessa	Kypärä on yksi tärkeimmistä ratsastajan turvavälineistä, sillä se suojaa päätä iskuilta. Kypärän lippa suojaa kasvoja esim. auringolta, sateelta sekä maastoilla oksilta.
<b>Ratsastuskengät</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Korokepohjainen</li> <li>• Tukeva</li> <li>• Turvakengissä metallinen turvakärki</li> <li>• Nilkan yli ulottuvat</li> </ul>	Hevosta hoitaessa ja käsiteltäessä Kouluratsastuksessa Esteratsastuksessa Maastoratsastuksessa	Ratsastuskenkien leveä ja matala korko estää jalkaa luiskahtamasta jalustimen läpi. Metallinen turvakärki suojaa jalkapöytää sekä varpaita murtumilta ja ruhjeilta.
<b>Käsineet</b>	(Hevosta hoitaessa) ja käsiteltäessä Kouluratsastuksessa Esteratsastuksessa Maastoratsastuksessa	Käsineitä suositellaan käytettäväksi suojaamaan käsiä hiertymiltä.
<b>Turvaliivi</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CE-merkitty (Beta II tai Beta III – luokitus)</li> <li>• Sopivan kokoinen</li> </ul>	(Kouluratsastus) Esteratsastuksessa Maastoratsastuksessa Todennäköisimmissä putoamistilanteissa (esim. nuorella hevosella ratsastaessa)	Turvaliivi suojaa kylkiluita, selkärankaa sekä sisäelimiä putoamistilanteissa.
<b>Heijastimet</b>	Maastoratsastuksessa	Heijastimilla lisäät itsesi ja hevosen näkyvyyttä, tällöin autoilijat havaitsevat ratsukon aiemmin ja hidastavat. Riski hevosen säikähtämiseen pienenee.
<b>Muu vaatetus</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopivankokoinen</li> <li>• Ei kahiseva, lepattava tai kilisevä</li> </ul>	Hevosta hoitaessa ja käsiteltäessä Kouluratsastuksessa Esteratsastuksessa Maastoratsastuksessa	Sopimattomien ratsastusvaatteiden takia ratsastaja voi putoamistilanteessa tai maastossa jäädä vaatteistaan kiinni hevoseen tai esim oksaan.

## 5 PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITE

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on edistää Tortolan tallien tallihenkilökunnan sekä asiakkaiden ratsastusturvallisuutta. Opinnäytetyön tavoitteena on luoda tuote- ja prosessikehityksen kautta asiakkaan tarpeita vastaava juliste ratsastustapaturmia ennaltaehkäisevistä toimintatavoista.

Ratsastustapaturmiin johtaneet tilanteet tuntien selvitetään, mitä tilanteissa tulisi huomioda, jotta ratsastajan turvallisuus voitaisiin taata ja tapaturmat ennaltaehkäistä. Ratsastustapaturmien ennaltaehkäisyä parantamalla juliste lisää ratsastuskoulun yleistä turvallisuutta ja vaikuttaa ratsastustapaturmien määrään pitkällä aikatahtaimella vähentävästi.

## 6 PROJEKTIN TUOTEKEHITYSPROSESSI

### 6.1 Tuotteen kehittäminen

Tuotekehitystoiminta on asiakkaan tarpeista alkava prosessi.

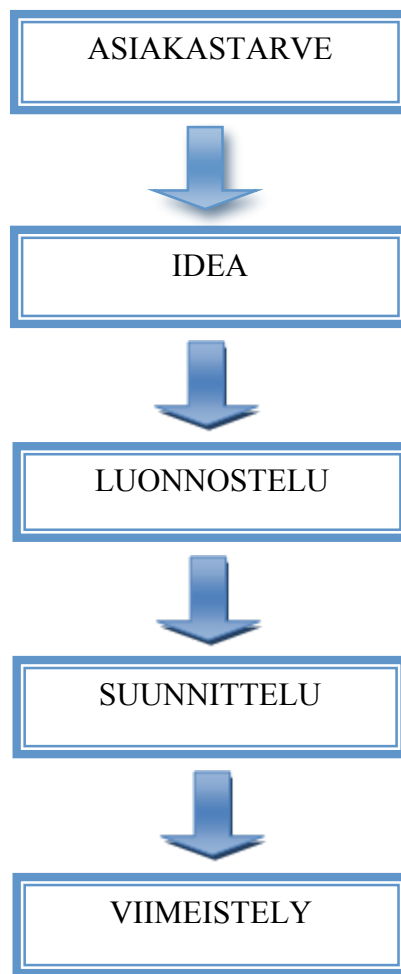
Tuotekehitystoiminnassa on tarve synnyttää ideoita uusiksi tuotteiksi tai tuoteparannuksiksi. Tässä opinnäytetyössä kyseessä on asiakkaan tarpeesta lähtevä uuden tuotteen kehittäminen. (Välimaa, Kankkunen, Lagerroos & Lehtinen 1994, 25.)

Tuotekehitysprosessin perusedellytyksenä on tarve, sekä mielikuva sen toteuttamisesta (Jokinen 2001, 20). Tuotekehitystoiminta etenee asiakastarpeesta luonnosteluun ja siitä edelleen suunnitteluun, jolloin luodaan konsepti kehitettävälle tuotteelle (Välimaa ym. 1994, 48). Tuoteideasta laaditaan kehitysehdotus, joka sisältää kehitettävän tuotteen kuvauksen, tekniset vaatimukset, taloudelliset vaatimukset, käytettävissä olevan kehityspanoksen sekä aikataulun. (Jokinen 2001, 21.) Tämän jälkeen tehdään varsinainen päätös käynnistää prosessi.

Varsinainen tuotekehitysprosessi koostuu luonnostelusta, suunnittelusta sekä viimeistelystä. Tuotekehitysprosessin vaiheet on kuvattu kuviossa 1.

Tuotekonseptia kehitetään luonnosteluvaiheessa, jolloin suunnitellaan lopullinen tuotekonsepti ja alustava muotoilu. Tuotteen ja tuotantoprosessin suunnitteluvaiheessa tuotetta kehitetään. Tämä vaihe sisältää tuotteen lopullisen muotoilun, prototyypit sekä tuotteen valmistuksen luonnostelun.

Tuoteviimeistelyssä tuote valmistellaan toteutettavaksi. (Routio 2000, 189.)



**Kuvio 1. Tuotekehitysprosessinvaiheet.** Lähde: Välimaa ym 1994, 25.

## 6.2 Asiakastaho ja asiakkaan tarve

Tortolan tallit on Suomen Ratsastajainliiton hyväksymä ratsastuskoulu. Suomen Ratsastajainliitto vaatii hyväksymiltään ratsastuskouluilta tiettyjen turvallisuusohjeiden ja -määräyksien noudattamista. Ratsastustunneilla on käytettävä kypärää, tunteja ohjaa ja valvoo vähintään Suomen Ratsastajainliiton hyväksymä ratsastuksenohjaaja, koululla tulee olla valaistu ratsastuskenttä tai vaihtoehtoisesti ratsastushalli. Ratsastuskoulun hevosia ei vuokrata ilman valvontaa, ja koululta tulee löytyä asianmukainen ensiapupakkaus sekä koulun

toimintaa ja tasoa kuvaava kalusto. (Suomen Ratsastajainliitto 2013a.) Suomen Ratsastajainliiton vaatimista määräyksistä huolimatta turvallisuutta ei voida liikaa korostaa, ja vastuullisena ratsastuskouluna Tortolan tallit koki ratsastustapaturmien ennaltaehkäisyä käsittelevän julisteen hyödyllisenä ratsastusturvallisuuden kannalta.

Kehittämistyössä tulee olla jatkuvassa sekä välittömässä yhteydessä työelämään sekä opiskeltavaan alaamme, ja toimeksiantajan tulee hyötyä luodusta tuotteesta. Tuotteemme on vastattava toimeksiantajamme tarpeita, ja tämän vuoksi julisteen teemat valikoidaan yhdessä yhteistyökumppanimme kanssa.

### 6.3 Tuotteen luonnostelu

Alustava idea tuotteelle tulee asiakastarpeesta, jonka pohjalta luonnostelu aloitetaan. Luonnostelu koostuu tiedonhausta ja aiheen rajaamisesta. (Välimaa ym. 1994, 29–30.) Tietoperustaa varten tehtiin tiedonhakua Aleksi-, Arto-, EBSCO-, Medic-, ja Melinda -tietolähteistä suomeksi, englanniksi sekä ruotsiksi. Hakusanoina käytettiin “ratsastus”, “hevonen”, “urheilu”, “tapaturma”, “ensiapu”, “riding”, “first aid” ja “sport injury”. Vaikka olisi suotavaa valita mahdollisimman ajankohtaisia teoksia, lähteiden niukkuuden takia lähdemateriaaliksi valikoitui myös vanhempia teoksia.

Tietoperustan pohjalta tuoteidea julisteesta varmistuu, ja toimeksiantajalle voidaan laatia alustava kehitysehdotus. Julisteen teemoiksi ehdotettiin toimeksiantajalle turvallista hevosen harjaustilannetta, kädestä ruokkimista, hevosen taluttamista sekä ratsukon erilaisia turvavarusteita. Näiden lisäksi toimeksiantaja ehdotti yhdeksi teemaksi hevosen turvallista lähestymistä. Näin ollen edellämainitut teemat valikoituivat julisteen kuvamateriaalin aiheiksi.

Tuotekehitysprojektimme on omakustanteinen. Tietoperustan pohjalta valittiin yhdessä toimeksiantajan kanssa julisteeseen sopivat teemat ja muotoiltiin tieto julisteeseen sopivaan muotoon. Julisteen kuvamateriaali tuotettiin valokuvaamalla lavastettuja tilanteita Tortolan Tallien ratsastuskoulun hevosia hyödyntäen. Toimintaamme rajoittavat resurssit, sillä toteutamme työn kahdestaan emmekä aio hyödyntää ulkopuolisia palveluita, kuten ammattikuvaajaa tai graafista

suunnittelijaa.

#### 6.4 Tuotteen suunnittelu

Alustavan kehitysehdotuksen perusteelta toimeksiantaja esittää ehdotuksensa, ja tuotekonsepti tarkentuu. Tuotteen muotoilua ja sisältöä kehitetään edelleen. (Jokinen 2010, 89–91.) Julistetta varten kuvatuista valokuvista valikoitiin eri teemoista asiakastarvetta vastaavat kuvat ja suunniteltiin kuvia täydentävät tekstit. Julistetta suunniteltaessa todettiin parhaimmaksi vaihtoehdoksi tehdä kaksi julistetta yhden sijaan, jotta julisteet täyttävät hyvän julisteen kriteerit. Julisteiden kooksi päätettiin 40 cm x 61 cm ja 40 cm x 69 cm, ja julistesuunnitelma esitettiin toimeksiantajalle.

Hyvä juliste antaa ja välittää tietoa nopeasti katsojalleen. Se herättää katsojassa halun toimia (Paananen 2009, 4-5). Tiedot graafiset ominaisuudet kuten kuva, väri ja typografia ovat julisteen peruselementtejä. Kuvan tulee olla selkeä, informatiivinen sekä teknisesti valmis, sillä sen on tarkoitus selvittää ja selittää asioita tai täydentää tekstiä. Teknisesti huonolaatuinen kuva tekee julisteesta amatöörimäisen näköisen, minkä takia esimerkiksi kuvan resoluution tulee olla riittävän suuri. (Paananen 2009, 10.)

Väreillä on voimakkaita symbolisia merkityksiä. Julisteen väreiksi valikoituivat vihreän eri sävyt. Lämpimät vihreän sävyt tuovat mieleen metsän ja luonnon. Nämä sävyt symboloivat kasvua, tuoreutta, terveyttä, hyvinvointia, rentoutta ja kehittymistä. (Manninen 2008, 11.)

Typografialla on suuri merkitys luettavuudelle (Paananen 2009, 12). Typografian elementtejä ovat esimerkiksi kirjaimet, merkit, fontit, merkki-, sana- ja rivivälit, muoto sekä koko. Näiden elementtien avulla sanoma saadaan muokattua, ja toivotunlainen viesti saavutetaan. Hyvä typografia on selkeä, helppolukuinen, oikeakielinen sekä lisää ymmärrettävyyttä. (Manninen 2008, 12.) Jotta virkkeet olisivat kertalukemalla ymmärrettäviä, niiden tulee olla rakenteeltaan helposti hahmottuvia ja niissä käytettyjen sanojen yleiskielisiä. (Hyvärinen 2005.)

Julisteen voi rakentaa monella tapaa, mutta tehokkain on kuvien ja typografian

yhdistelmä. (Paananen 2009, 14.) Kuitenkin julistetta tehdessä tulee muistaa sanonta ”vähemmän on enemmän” saavuttaakseen julisteen kohderyhmän parhaiten. (Paananen 2009, 29.)

## 6.5 Tuotteen viimeistely

Viimeistelyvaiheessa tuotteen yksityiskohdat saavat lopullisen muotonsa. Suunnitelmasta saadut kehitysehdotukset huomioiden julisteesta valmistetaan koekappale eli prototyyppi, jonka ominaisuudet tarkastetaan vastaamaan asetettuja tavoitteita. (Jokinen 2010, 17.) Toimeksiantaja toivoi julistesuunnitelmaamme lisättäväksi hevosen kiinnipidon harjaustilanteessa sekä jalustimien nostamisen hevosta talutettaessa. Tuote viimeisteltiin kehitysehdotukset huomioiden. Kun viimeistelyvaihe saatiin päätökseen, voitiin tehdä lopullinen päätös julisteen valmistamisesta (Jokinen 2010, 17). Projektin kustannukset koostuivat julisteen painokustannuksista ja matkakuluista. Julisteet painettiin Tunnin Kuvassa, ja kokonaiskustannuksia kertyi yhteensä noin 100 euroa.



## 7 POHDINTA

### 7.1 Opinnäytetyöprosessin arviointi

Opinnäytetyön tavoitteena oli luoda tuotekehitysprosessin kautta Tortolan tallien tarpeita vastaava juliste, joka toisi tutkittua tietoa ratsastusturvallisuuden edistämisestä. Tarkoituksena oli herättää asiakkaissa ja tallihenkilökunnassa ajatuksia ratsastusturvallisuuteen liittyvistä asioista ja edistää ratsastusturvallisuutta Tortolan talleilla.

Tietoperustan rakentaminen oli haastavaa, sillä ratsastustapaturmia ja -turvallisuutta käsittelevää kirjallisuutta ei juuri löydy suomeksi. Englanninkielisiä lähteitä löytyi paremmin, mutta niidenkään käyttäminen ei ollut ongelmaton. Monet aihetta käsittelevät tutkimukset olivat lisäksi niin vanhoja, ettei niitä voitu pitää enää luotettavina. Tällaisia lähteitä ei haluttu käyttää. Opinnäytetyön luotettavuutta olisi lisännyt runsaampi määrä lähdekirjallisuutta. Hakiessamme tietoa käytimme sekä suomen, että englanninkielisiä hakusanoja. Aluksi teimme laajempaa hakua hakusanoilla ”tapaturmat” ja ”urheilu”, jonka jälkeen täsmensimme hakua ratsastustapaturmiin, niiden ennaltaehkäisyyn sekä ensiapuun. Näin ollen takasimme lähteiden haun olevan riittävän kattava.

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi kaksi julistetta, sillä yksi suurikokoinen juliste koettiin hankalaksi. Talli-ilman kosteus tuotti hankaluuksia julisteiden materiaalin valinnassa, mutta lopulta löysimme kosteutta kestävästä materiaalista.

Opinnäytetyössämme opimme tunnistamaan ratsastajien terveyteen vaikuttavia tapaturmauhkia, edistämään terveyttä paikallisesti sekä tukemaan ja aktivoimaan yksilöä sekä yhteisöä vastuulliseen terveyden ylläpitoon pohjautuen näyttöön perustuvaan tietoon. Projektimme tiimoilta toimimme hoitotyön asiantuntijoina asiakaslähtöisessä yhteistyössä tuottaen tarkoituksenmukaista perusohjausmateriaalia ratsastustapaturmien ennaltaehkäisystä.

Yksi sairaanhoitajan tehtävistä on yksilön, perheen ja yhteisöjen tukeminen muuttuvissa olosuhteissa ja toimintaympäristöissä terveyden saavuttamiseksi ja ylläpitämiseksi niin perusterveydenhuollon, erikoissairaanhoidon, sosiaalihuollon

kuin yksityisen ja kolmannenkin sektorin alueella. Opinnäytetyömme rakentuu tämän kompetenssin ympärille jolloin voimme toteuttaa ja kehittää terveyttä edistävää ja ylläpitävää, mutta myös sairauksia ehkäisevää, parantavaa sekä kuntouttavaa hoitotyötä. (Opetusministeriö 2006, 63.) Terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen ja ylläpitämiseen liittyen sairaanhoitajan tulee tunnistaa ja ennakoida yksilön sekä yhteisön mahdollisia terveysuhkia ja – ongelmia. Esimerkiksi turvallisuutta edistävien julisteiden avulla voimme aktivoida yksilöä, perhettä ja yhteisöä vastuunottoon sekä tukea heitä siinä. (Opetusministeriö 2006, 64.)

Opinnäytetyöhömmme liittyy myös ohjaus- ja opetusosaaminen. Kompetenssin avulla pystymme tukemaan asiakasta tämän omaan terveyteen liittyvien riskien ja ongelmien tunnistamisessa sekä niiden hoitoon ja hallintaan sitoutumisessa. Ohjaus- ja opetusosaamiseen liittyy myös hoitopedagogiikka, joka sisältää oppimis- tai ohjaustarpeen tunnistamisen ja ohjausmenetelmien, oppimisen arvioinnin sekä perusohjausmateriaalin tuottamisen hallinnan. Kohderyhmänä voi olla erilaiset potilaat ja asiakkaat, heidän omaiset ja läheiset, mutta myös ryhmät, opiskelijat sekä henkilöstö. (Opetusministeriö 2006, 65.) Opinnäytetyömme kohderyhmänä olivat ratsastuskoulun asiakkaat. Asiakasryhmä koostuu lapsista, nuorista sekä aikuisista, joten meidän tuli valita ohjaus- ja opetustapa, joka palvelee mahdollisimman hyvin kaikkia ikään katsomatta. Tästä syystä päädyimme nopea- sekä helppolukaiseen julisteeseen.

## 7.2 Tuotetun julisteen ja tuotekehitysprosessin arviointi

Opinnäytetyöprosessi alkoi maaliskuussa 2013 ja se saatiin päätökseen toukokuussa 2014. Opinnäytetyö tehtiin tuotekehitysprosessin kautta, sillä tavoitteena oli luoda Tortolan talleille uusi juliste, jota ei ollut entuudestaan. Kun tietoperusta oli laadittu, ja teemat olivat valikoituneet julisteisiin, kuvasimme valokuvamateriaalin Tortolan talleilla yhteistyössä tallityttöjen kanssa tammikuussa 2014. Valokuvaus tehtiin vasta tammikuussa, sillä tarkoituksena oli ottaa lumisia talvikuvia, eikä loppuvuodesta 2013 sää ollut siihen suotuisa.

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi tuotekehitysprosessin kautta yhden julisteen sijaan kaksi julistetta. Tuotekehitysprosessi toi opinnäytetyöprojektille selkeän

rakenteen, jonka avulla projekti eteni selkeästi ja vaivattomasti. Tavoitteena oli tehdä julisteita, jotka täyttävät hyvän julisteen kriteerit. Niiden tuli antaa nopeasti tietoa katsojalleen ja sisältää sekä kuvia että tekstiä. Julisteiden kuvissa pyrittiin selkeyteen ja informatiivisuuteen. Molemmissa julisteissa käytettiin samaa selkeää typografiaa ja värimaailmaa yhtenäisen kokonaisuuden saavuttamiseksi. Julisteen sommittelusta teki vaikeaa tiedon ja kuvien rajaaminen. Lopputuloksena saavutimme selkeän kokonaisuuden, joka on nopea ja helppolukuinen. Julisteiden kuvat ovat laadukkaita ja typografia selkeä. Julisteet vastasivat hyvän julisteen kriteereihin, mutta ammattigraafikolla olisi ollut enemmän visuaalista silmää julisteen ulkonäköön.

Tuotteet kehitettiin yhteistyössä toimeksiantajan kanssa. Julisteet teemat valikoitiin toimeksiantajan kanssa, ja julisteiden ensimmäiset versiot lähetettiin toimeksiantajan arvioitaviksi. Toimeksiantajan kehittämis ehdotukset huomioitiin, ja julisteet vastaavat täten toimeksiantajan tarpeita. Lopulliset julisteet hyväksyttiin vielä toimeksiantajalla. Sitä, vastaako julisteet varsinaista tarkoitustaan ja edistävätkö ratsastusturvallisuutta, voidaan arvioida vasta pidemmällä aikatahlaimella.

### 7.3 Kehittämis ehdotukset

Suomen Ratsastajainliiton ratsastuskouluilla tärkeimpien turvavälineiden käytöstä huolehditaan hyvin erityisesti ratsastuskilpailu- ja valmennustapahtumissa, mutta ratsastuspalveluiden tarjoajan on vaikea valvoa, kuinka asiakkaat toimivat hevosten kanssa esimerkiksi hevosen hoitotilanteissa. Tämän vuoksi on tärkeää, että asiakkailla on oikeat valmiudet turvalliseen toimintaan hevosten kanssa. Sitä, ovatko Tortolan tallien asiakkaat sisäistäneet julisteiden turvallisuusohjeet, ja ovatko nämä turvallisuusohjeet hyödyllisiä, voitaisiin arvioida haastattelemalla tallin henkilökuntaa ja asiakkaita aiheesta myöhemmin. Tämän myötä turvallisuusjulisteita voitaisiin kehittää vastaamaan toimeksiantajan tarpeiden lisäksi myös ratsastuskoulun asiakkaiden tarpeita.

Hevosurheilussa tulee aina tapahtuman onnettomuuksia ja tapaturmia, sillä hevonen on pakenemalla reagoiva saaliseläin, jonka reaktioita on ihmisen välillä

vaikea ennakoida. Vakavimpien tapaturmien välttämiseksi ja onnettomuusriskin pienentämiseksi on kuitenkin tehtävissä paljon. Ratsastusturvallisuutta voitaisiin tulevaisuudessa edistää ratsastuskouluilla esimerkiksi erilaisten turvallisuusteemapäivien kautta. Monilla ratsastuskouluilla voi suorittaa hevosen hoito - kursseja, joihin tulisi olennaisesti liittää myös vastuullinen ja turvallinen toiminta hevosten kanssa.

## LÄHTEET

- Aro, J. 2003. Hevonen - Terapeutti ja työtoveri. Ratsastusterapeutin kokemuksia ratsastusterapiasta. Jyväskylän yliopisto, Erityispedagogiikan laitos. Erityispedagogiikan pro gradu-tutkielma. [Viitattu 22.10.2013] Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/7806/G0000387.pdf?sequence>
- Ball, C., Ball, J., Kirkpatrick, A. & Mulloy, R. 2007. Equestrian injuries: incidence, injury patterns, and risk factors for 10 years of major traumatic injuries. American Journal of Surgery 193 (2007) 636-640 [Viitattu 22.4.2014] Saatavissa: [http://50.62.72.203/~emsa/wp-content/uploads/gravity\\_forms/1-5f7def01e62df8eee656c247c514b181/2013/07/Equestrian-Injuries.pdf](http://50.62.72.203/~emsa/wp-content/uploads/gravity_forms/1-5f7def01e62df8eee656c247c514b181/2013/07/Equestrian-Injuries.pdf)
- Berg, P., Leivo, V., Pihlajamaa, J. & Leinonen, M. 2001. Tuotekehitystoiminnan laadun ja kypsyyden arviointi. Helsinki: Metalliteollisuuden keskusliitto.
- Budd, J. 2005. Parempaa ratsastusta. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Perhemediat Oy.
- Chancholle, B., Pujos, M. & Chancholle, C. 2005. Ratsastajan S.O.S. Onnettomuusriskit ja niiden ennaltaehkäisy. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Perhemediat Oy.
- Eklöf, E. & Rapatti, K. 2013. Ratsastusterapian vaikutukset CP-vammaisten psyykkiseen toimintakykyyn. Integroiva kirjallisuuskatsaus. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala. Opinnäytetyö. [Viitattu 22.10.2013] Saatavissa: [https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/62928/Eklof\\_Elke\\_Rapatti\\_Krisse.pdf?sequence=1](https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/62928/Eklof_Elke_Rapatti_Krisse.pdf?sequence=1)
- Gordin, T. & Välimäki, I. 2000. Säkerhet i ridsporten. Pääkirjoitus. Suomen lääkärilehti 20/2000.
- Haikonen, K., Lounamaa, A., Parkkari, J., Valtonen, J., Salminen, S., Markkula, J. & Salmela, R. 2010. Suomalaiset tapaturmien uhreina 2009. Kansallisen

uhritutkimuksen tuloksia. THL-raportti 13/2010. [Viitattu 6.2.2014] Saatavissa:  
<http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085395>

Hawson, L., McLean, A. & McGreevy, P. 2010. The roles of equine ethology and applied learning theory in horse-related human injuries. *Journal of Veterinary Behavior* 5/2010, 324-338.

Hyttinen, A-M. 2012. Ratsastuksen terveystili. Suomen Ratsastajainliitto Ry, Helsinki. [Viitattu 1.10.2013] Saatavissa:  
[http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ratsastajainliittowwwstructure/36332\\_Terveystili\\_2012\\_netti.pdf](http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ratsastajainliittowwwstructure/36332_Terveystili_2012_netti.pdf)

Hyvärinen, R. 2005. Millainen on toimiva potilasohje? Hyvä kieliasu varmistaa sanoman perillemenon. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim*. [Viitattu 1.3.2014] Saatavissa:  
[http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/haku?p\\_p\\_id=Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet&p\\_p\\_lifecycle=0&\\_Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet\\_hakusana=Millainen+on+toimiva&\\_Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet\\_p\\_frompage=haku&\\_Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet\\_viewType=viewArticle&\\_Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet\\_tunnus=duo95167](http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/haku?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&p_p_lifecycle=0&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_hakusana=Millainen+on+toimiva&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_p_frompage=haku&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_viewType=viewArticle&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_tunnus=duo95167)

Jokinen, T. 2010. Tuotekehitys. Elektroninen julkaisu perustuu teokseen Tapani Jokinen, Tuotekehitys 6. painos. 2001. Aalto-yliopisto. Teknillinen korkeakoulu. [Viitattu 5.2.2014] Saatavissa:  
<https://aaltodoc.aalto.fi/bitstream/handle/123456789/4819/isbn9789526033204.pdf?sequence=1>

Kuluttajavirasto. 2004. Kuluttajaviraston ohjeet ratsastuspalveluiden turvallisuuden edistämiseksi. Kuluttajaviraston julkaisusarja 4/2004 [Viitattu 1.3.2014] Saatavissa:  
<http://www.tukes.fi/Tiedostot/Tuoteturva/Kuluttajavirasto/8.%20Ohjeet%20ratsastuspalveluiden%20turvallisuuden%20edist%C3%A4miseksi%20.pdf>

Loland, S., Skirstad, B. & Waddington, I. 2006. Pain and injury in sport. New York: Routledge.

Manninen, M. 2008. Visuaalinen ilme, juliste ja esite. Opinnäytetyö. Lahden ammattikorkeakoulu. [Viitattu 1.3.2014] Saatavissa: [http://www.google.fi/url?q=http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/11661/2008-07-23-06.pdf%3Fsequence%3D1&sa=U&ei=zakRU8OOPIu54wSssYC4BQ&ved=0CC4QFjAD&sig2=UpUyy-PPJE\\_iU6Gh01NoHw&usg=AFQjCNF552H5msLYz7WzB0LQIoZCWFqpuw](http://www.google.fi/url?q=http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/11661/2008-07-23-06.pdf%3Fsequence%3D1&sa=U&ei=zakRU8OOPIu54wSssYC4BQ&ved=0CC4QFjAD&sig2=UpUyy-PPJE_iU6Gh01NoHw&usg=AFQjCNF552H5msLYz7WzB0LQIoZCWFqpuw)

Mikkola, A. 2009. Turvallisuuden edistäminen ratsastusurheilussa. Hämeen ammattikorkeakoulu, Maaseutuelinkeinojen koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 1.10.2013] Saatavissa: [http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/2747/Mikkola\\_Anniina\\_1.pdf?sequence=3](http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/2747/Mikkola_Anniina_1.pdf?sequence=3)

Opetusministeriö. 2006. Ammattikorkeakoulusta terveydenhuoltoon. Koulutuksesta valmistuvien ammatillinen osaaminen, keskeiset opinnot ja vähimmäisopintopisteet. Opetusministeriö. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2006/liitteet/tr24.pdf?lang=fi>

Paananen, P. 2009. Juliste markkinointimateriaalina. Case: Jyväskylän Kesän klubit. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. [Viitattu 1.3.2014] Saatavissa: <https://www.theseus.fi/handle/10024/4022>

Parkkari, J., Kannus, P. & Fogelholm, M. 2004. Liikuntavammat – suurin tapaturmaluokka Suomessa. Suomen lääkärilehti 2004. 59:3889–3895.

Pesonen, I., Virtanen, H. & Jansson, H. 2008. Hyvinvoiva, turvallinen ja ympäristöystävällinen talli - opas vastuulliseen tallitoimintaan. Jokioinen: Agropolis Oy.

Piminäinen, K. 2010. Hevoset ja työturvallisuus - turvallinen työskentely hevosten kanssa. 3. uudistettu painos. Työturvallisuuskeskus: PunaMusta Oy.

Rissanen, R. 2003. Työelämälähtöinen opinnäytetyö oppimisen kontekstina: Fenomenografisia näkökulmia tradenomin opinnäytetyöhön. Väitöskirja.

Kasvatustieteiden tiedekunta. Tampere University Press. [Viitattu 21.10.2013]  
Saatavilla: <http://tampub.uta.fi/handle/10024/67321>

Routio, P. 2000. Tuote ja tieto. Tuotteiden tutkimuksen ja kehittämisen  
metodiopas 5. painos. Saarijärvi: Gummerrus Kirjapaino Oy

Savonia. 2013. Sairaanhoidajan ammatilliset kompetenssit. Osaamisen kuvaus.  
[Viitattu 1.10.2013] Saatavilla,  
[http://webd.savonia.fi/nettiops/Sairaanhoidajankompetenssit\\_TE11S.pdf](http://webd.savonia.fi/nettiops/Sairaanhoidajankompetenssit_TE11S.pdf)

Smartt, P. & Chalmers, D. 2008. A new look at horse-related sport and  
recreational injury in New Zealand. Journal of Science and Medicine in Sport  
12/2009, 376-382.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2013. Koti- ja vapaa-ajan tapaturmat. [Viitattu  
15.4.2014] Saatavilla:  
<http://www.stm.fi/hyvinvointi/terveydenedistaminen/elintavat/tapaturmat>

Suomen Ratsastajainliitto 2013a. Ratsastuskoulun edellytykset. [Viitattu  
21.10.2013] Saatavilla:  
[http://www.ratsastus.fi/ratsastuskoulut\\_ja\\_tallit/tallijarjestelma/ratsastuskoulun\\_e  
dellytykset](http://www.ratsastus.fi/ratsastuskoulut_ja_tallit/tallijarjestelma/ratsastuskoulun_edellytykset)

Suomen Ratsastajainliitto 2013b. Ratsastus on tärkeä suomalaisten liikuttaja!  
Kisa-areenoilla, harrastuksena ja katsomoissa. Pdf-esitys. [Viitattu 1.10.2013]  
Saatavilla  
[http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/ratsastajainliitto/em  
beds/ratsastajainliittowwwstructure/40591\\_SRL\\_esittelykalvot\\_2013.pdf](http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ratsastajainliittowwwstructure/40591_SRL_esittelykalvot_2013.pdf)

Suomen Ratsastajainliitto 2013c. Suomi ratsailla: Tietoa ja tilastoja. [Viitattu  
01.10.2013], Saatavissa: <http://www.ratsastus.fi/tilastotietoa>

Suomen Ratsastajainliitto 2013d. Turvallisuus seuratoiminnassa. [Viitattu  
01.04.2014], Saatavissa: <http://www.ratsastus.fi/turvallisuusseuratoiminnassa>

Suomen Ratsastajainliitto 2013e. Varusteet. [Viitattu 01.04.2014], Saatavissa:  
<http://www.ratsastus.fi/ratsastustietoa/ratsastamaan/ratsastusvarusteet>



Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2014. Piste tapaturmille. [Viitattu 6.2.2014],  
Saatavissa: [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/pistetapaturmille-fi/etusivu](http://www.thl.fi/fi_FI/web/pistetapaturmille-fi/etusivu)

TNS Gallup Oy. 2010. Kansallinen liikuntatutkimus 2009-2010. [Viitattu  
19.4.2014] Saatavissa:  
[http://www.ukkinstituutti.fi/tutkimus/liikuntatutkimus\\_suomessa/suomalaisten\\_lii](http://www.ukkinstituutti.fi/tutkimus/liikuntatutkimus_suomessa/suomalaisten_lii)  
kunta

Välimaa, V., Kankkunen, M., Lagerroos, O. & Lehtinen, M. 1994. Tuotekehitys.  
Asiakastarpeesta tuotteeksi. Helsinki: Painatuskeskus Oy.

Wegelius, C. & Nieminen, V. (toim.) 2003. Hevosen käsittely ja käyttäytyminen.  
Helsinki: Art House Oy.

# TURVALLISESTI TALLILLA



*Tarkkaile hevosen elekieltä, erityisesti korvien sekä pään asentoa.*

*Lähesty hevosta etuviistosta.*

*Pidä hevonen kiinni hoidettaessa.*

*Taluta hevosta vasemmalta puolelta, älä kiedo talutinta käden ympärille, taluttimen kuuluu kulkea oikeasta kädestä vasempaan.*

*Kulje hevosen edellä oviaukoista, muista nostaa jalustimet ylös.*

*Tarjoa makupalat avoimelta kämmeneltä sormet suorina.*

*MUISTA*

*TURVAVARUSTEET*

